



以韻律運動為基礎

作為兩名子女的母親，中心創辦人及課程總監陳欣蔚表示，一直尋求能讓孩子在無壓力環境下愉快學習的方法，她發現利用整合運動刺激大腦發展，是孩子最佳的學習方法。中心的playgroup課程以布隆貝格韻律運動訓練為主軸，循序漸進地教授不同的動作，如爬行、用頭頂球等，讓孩子的大腦得到適當的感官刺激。

在學習的時候，我們的五官會把資訊接收，然後傳送到大腦作整合及分析，最後作出一個適當的反應。資訊的傳送、整合、分析及作出反應的過程，都是由神經線所傳送的。韻律運動訓練可使大腦的神經細胞增生，開發出新的神經細胞分支，協助大腦不同部份得以緊密連接，從而改善肌肉的協調能力、注

意力、抑制衝動情緒的能力、抽象概念思考能力及判斷力等。課程同時融入健腦操元素，以簡單的動作幫助協調左右腦及鎮靜頭腦，以達至全腦學習。



重視身心均衡發展

運動訓練能夠為幼兒未來的學習奠定生理上的重要基礎，但中心也十分重視培養幼兒正確的態度，激發他們學習的熱忱，培育他們成為終身學習者，讓幼兒的身心都有均衡發展。中心的playgroup課程按年齡分班，因應幼兒的發展，針對不同方面如肢體協調、情緒教育、認知能力作為訓練內容。課程強調幼兒的自發性，他們可在課堂中要求導師進行某個遊戲，在訓練的過程中，讓他們逐漸認識自己的情緒和明白自己的需要。透過與其他小朋友的互動，幼兒也可學習互相欣賞和尊重，建立良好的社交和溝通技巧。

導師資歷豐富

中心的創辦人及課程總監陳欣蔚具多項專業資格，包括布隆貝格韻律運動訓練導師培訓師、國際教育肌動學基金會特許健腦操導師等，playgroup課程便是由她親自設計，從幼兒的角度出發，度身訂造最合適的內容。而中心其他的任教導師亦具備超過10年的教學經驗，並擁有多個高級導師、教育碩士、註冊教師等專業資格，對幼兒發展及成長需要有充分的了解。

Playgroup採用自家編製的教材，當中的插畫更特別由專人繪畫，設計精美。

1 健腦操熱身



4 運動訓練



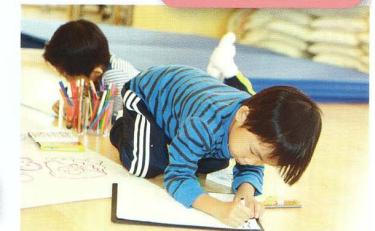
3 預備情緒

導師引導小朋友選擇臉上有不同表情的木偶，鼓勵他們表達內心的感受，並讓他們準備好進行運動訓練。



5 沉澱時間

經過一小時的運動訓練後，幼兒需要有沉澱時間，思考他們從遊戲中學到的東西，更可自由地用圖畫或文字記下想法。



布隆貝格韻律運動訓練是甚麼？

布隆貝格韻律運動訓練 (Blomberg Rhythmic Movement Training) 是一套非藥物的運動治療方法，是由瑞典精神科醫生 Harald Blomberg 在30多年前開拓及創立。韻律運動是模仿嬰兒在未懂得使用雙腳走路前，所自發地進行的身體律動而演變出來，透過對大腦及神經系統的刺激，使人們能夠自我更新及建立新的神經連接，從而幫助他們在生理、心理、精神及認知能力上得到發展。

家長心聲



趙太太 (女兒趙彥晴, 3歲)

「女兒在這裏上了8個月的playgroup課程，整合運動訓練令她身體的大小肌肉變得更靈活，她竟然自己學會了翻筋斗和踏單車。而她的專注力和吸收能力都有所提升，對學習很有幫助。另外，我覺得她在這裏學習到如何表達情緒，讓我們能夠更明確地知道她內心的想法和感受。」

Playgroup Info

名稱：貝氏療法親子/幼兒課程
機構：恩典家庭教育中心

對象：2歲起
收費：\$350起/每堂
查詢：2341 6898

網址：<http://www.honofamilyedu.com/>